
[総合地域研究所 平成26年度「共同研究」中間報告]

小学1年生のストレスと 学校適応感に関する実態調査

研究代表者：田中 未央（敬愛大学国際学部講師）

共同研究者：藤井 輝男（敬愛大学経済学部教授）

調査の目的

保育園または幼稚園と小学校では生活の様式が大きく異なり、入学直後の子どもは生活様式の変化（例えば、時間割に沿った行動や集団行動など）にとまどいを感じる人が多い。学校生活の中で感じる様々なとまどいは児童にとって心理的負担となり、「落ち着きのなさ」や「感情のコントロールができない」といった不適応行動を引き起こす場合がある（小林 2003、他）。本調査では、入学後の児童に小1プロブレムに代表されるような不適応行動が現れるか否かを調べ、小学1年生児童の実態を把握するための基礎データを収集することが目的である。

調査対象者

船橋市内の小学校にて1年生の学級を担当している教員（2名）および同小学校に在学している1年生児童の保護者（60名）を対象とした。

調査時期

2014年12月15日から12月19日に実施した。

調査方法

児童の様子（ストレスを感じているか・学校への不適応を示す行動があるか）について尋ねる質問票を作成し、質問紙調査を実施した。教員を対象とした質問票は校長を通じて配布と回収が行われた。保護者を対象とした質問票は小学校の教員を通じて配布と回収が行われた。調査票の回収率は68.3%（60名中41名から回収）であった。

質問票の内容

教員用質問票 学校生活に対する不適応の指標となる行動（小学生用学校不適応感尺度：7項目）を示す児童の人数を尋ねた。担任する学級に7項目の行動指標を日常的に示す児童が何人いるのか、その人数を男女別に回答するように求めた。また、学級内で気になる行動を示す児童がいた場合、それはどのような行動であるかを自由記述方式で回答するように求めた。

保護者用質問紙 ストレスの指標となるような子どもの変化を尋ねる項目（小学生用ストレス反応尺度：8項目）と学校生活に対する不適応の指標となる子どもの振る舞いについて尋ねる項目（小学生用学校不適応感尺度：10項目）で構成された。各項目の内容が子どもにどの程度あてはまるかを5段階評価で回答するよう求めた。

調査結果のまとめ

（1）教員からみた児童の様子（学校での不適応行動について）

不適応の指標となる行動を示した児童の人数を男女別にまとめたものを表1に、クラス別にまとめたものを表2に示す。

各項目に該当する児童の人数を比較すると、統計的に有意な偏りが認められ ($\chi^2(6) = 29.02, p < .01$)、「授業中に集中力を持続させることが難しい」に該当する児童が他の6項目と比べて多いこと、「休み時間に一人であることがしばしばある」に該当する児童が他の6項目と比較して少ないことが示された。したがって、本調査の対象となった児童は学級内で円滑な友人関係を形成しており、人間関係における不適応の傾向はみられないといえる。一方で、授業中に集中力を持続させることが難しい児童が多く、学習活動において不適応のリスクを持つ可能性のある児童の存在が認められる。また、各項目に該当する児童の人数を男女で比較すると、「落ち着きがなく、じっとしてられない」と「授業中に集中力を持続させることが難しい」の2項目で統計的に有意な差が認められ ($\chi^2(1) = 6.66, p < .01$; $\chi^2(1) = 5.71, p < .05$)、男子児童は女子児童と比べて落ち着きのなさが目立ち、授業に集中することが困難な児童が多い傾向にあるといえる。自由記述では「集中力のない子が以前よりも増えた」や「落ち着き、集中力が全体的に不足しているのが気になります」という回答が得られたことから対象児童に学習活動の場面で「落ち着き」や「集中力」に課題があることが推測される。

表1 不適応行動の表出頻度

項目	(人)		
	男子	女子	合計
落ち着きがなく、じっとしてられない	9	0	9
動きが鈍く、ぼーっとしている	2	3	5
授業中に集中力を持続させることが難しい	14	3	17
教員の指示を1回で理解することが難しい	10	3	13
すぐにカッとなる(かんしゃくを起こす)	4	1	5
休み時間に一人であることがしばしばある	0	1	1
友だちとけんかをする事が多い	9	2	11

表2 学級別にみた不適応行動の表出頻度

項目	(人)	
	クラスA	クラスB
落ち着きがなく、じっとしてられない	5	4
動きが鈍く、ぼーっとしている	3	2
授業中に集中力を持続させることが難しい	7	10
教員の指示を1回で理解することが難しい	4	9
すぐにカッとなる(かんしゃくを起こす)	1	4
休み時間に一人であることがしばしばある	1	0
友だちとけんかをする事が多い	2	0

各項目に該当する児童の人数を学級で比較すると、「友だちとけんかをすることが多い」の項目で統計的に有意な人数の差が認められ ($\chi^2(1) = 4.01, p < .05$)、学級Bでは学級Aよりも友人とけんかをする児童が多いことが示された。学級Bでは「教員の指示を1回で理解することが難しい」と「すぐにカッとなる(かんしゃくを起こす)」に該当する児童が学級Aよりも多く、また、「順番を争ったり、物の取り合いなど些細な揉め事が絶えない」という自由記述の回答が得られており、落ち着きのなさや感情のコントロールが苦手な児童の存在が子ども同士のトラブルの誘因になっている可能性が考えられる。

(2) 保護者からみた児童の様子① 不適応感とストレス反応について

環境の変化に対する適応力について検討された発達心理学的研究では、学校生活にうまく適応できていない児童に特徴的な行動があることが示されている。本調査では不適応の子どもに特徴的な行動(10項目)を保護者に提示し、それらの行動が日常生活の中でどの程度みられるかについて尋ねた。保護者の回答を得点化し(非常によく当てはまる:1点から、まったく当てはまらない:4点)、児童が不適応の状態であるか否か(以下、不適応感とする)の指標とした。また、「落ち着きのなさ」や「かんしゃく」といった不適応行動の背景には、学校生活にうまく適応できないことに対するストレスがあると考えられている。そこで、ストレスを感じている指標となる子どもの変化(ストレス反応)が生じているか否かについても保護者に尋ねた。ストレス反応の有無について尋ねた8項目に対する保護者の回答を不適応感の場合と同様に得点化し、子どもが感じているストレスの強さの指標とした。不適応感の得点とストレス反応の得点を表3にまとめた。

本調査で対象とした児童の不適応感得点の平均値は21.73点であり、学校生活においてやや不適応な状態であると考えられる($t(40) = 2.45, p < .05$)。しかし、ストレス反応得点の平均値は11.10点であり、学校生活に対するストレスは強くないと考えられる($t(40) = 9.14, p < .01$)。また、不適応感とストレス反応の得点に性差は認められなかった($t(38) = 0.79, n.s.$; $t(36.39) = 0.44, n.s.$)。

不適応感得点の平均値±標準偏差を基準として対象児童を学校生活に適応できている群(以下、適応高群とする)と、学校生活への適応に課題がある群(以下、適応低群とする)に分け、不適応の指標となる行動の出現頻度を比較した。

表4-1から表4-5は不適応の

表3 不適応感得点とストレス反応得点の平均値

	(点)	
	不適応感	ストレス反応
男子	22.32	10.95
女子	21.17	11.44
全体	21.73	11.10

(注) 1. 不適応感得点が高いほど、不適応の度合いが強いことを意味する。不適応感得点の満点は40点である。
2. ストレス反応は得点が高いほど、ストレスを強く感じていることを意味する。ストレス反応得点の満点は32点である。

表4-1 不適応の程度と「大人に叱られる」の関係 (人)

		大人に叱られる		
		あてはまらない	あてはまる	合計
不適応感	低群	4 28.6%	5 35.7%	9 64.3%
	高群	1 7.1%	4 28.6%	5 35.7%
合計		5 35.7%	9 64.6%	14 100.0%

表4-2 不適応の程度と「友達とけんかをしてしまう」の関係 (人)

		友だちとけんかをしてしまう		
		あてはまらない	あてはまる	合計
不適応感	低群	9 64.3%	0 0.0%	9 64.3%
	高群	1 7.1%	3 21.4%	5 35.7%
合計		10 71.4%	3 21.4%	14 100.0%

表4-3 不適応の程度と「友達とのあそびに参加できない」の関係 (人)

		友だちとのあそびに参加できない		
		あてはまらない	あてはまる	合計
不適応感	低群	9 64.3%	0 0.0%	9 64.3%
	高群	2 14.3%	4 21.4%	5 35.7%
合計		11 78.6%	3 21.4%	14 100.0%

表 4-4 不適応の程度と「苦手な科目がある」の関係 (人)

		苦手な科目がある			
		あてはまらない	あてはまる	わからない	合計
不適応感	低群	9 64.3%	0 0.0%	0 0.0%	9 64.3%
	高群	1 7.1%	3 21.4%	1 7.1%	5 35.7%
合計		10 71.4%	3 21.4%	1 7.1%	14 100.0%

表 4-5 不適応の程度と「忘れ物をよくする」の関係 (人)

		忘れ物をよくする			
		あてはまらない	あてはまる	合計	
不適応感	低群	6 42.9%	3 21.4%	9 64.3%	
	高群	2 14.3%	3 21.4%	5 35.7%	
合計		8 57.1%	6 42.9%	14 100.0%	

(注) 不適応低群に該当するのは不適応感得点が17.22点 (21.73-4.51) 以下の児童 (9名) であり、不適応高群に該当するのは不適応感得点が26.24点 (21.73+4.51) 以上の児童 (5名) であった。

表 5-1 ストレス高群における「大人に叱られる」の表出頻度 (人)

		大人に叱られる			
		あてはまらない	あてはまる	合計	
ストレス高群		1 16.7%	5 83.3%	6 100.0%	

表 5-2 ストレス高群における「友達とけんかをしてしまう」の表出頻度 (人)

		友だちとけんかをしてしまう			
		あてはまらない	あてはまる	合計	
ストレス高群		3 50.0%	3 50.0%	6 100.0%	

表 5-3 ストレス高群における「友達とのあそびに参加できない」の表出頻度 (人)

		友だちとのあそびに参加できない			
		あてはまらない	あてはまる	合計	
ストレス高群		2 33.3%	4 66.7%	6 100.0%	

表 5-4 ストレス高群における「大人に叱られる」の表出頻度 (人)

		苦手な科目がある			
		あてはまらない	あてはまる	合計	
ストレス高群		1 16.7%	5 83.3%	6 100.0%	

指標となる行動特徴を示した児童の人数を不適応の程度ごとにまとめたクロス集計表である。各項目について、『あてはまる』に該当する人数と『あてはまらない』に該当する人数を不適応の程度に注目して比較した。

「友達とけんかをしてしまう」と「友達とのあそびに参加できない」の2項目について、不適応高群において『あてはまる』に該当する児童が多く、不適応低群では『あてはまらない』に該当する児童が多かった。また、「苦手な科目がある」の項目でも不適応高群において『あてはまる』に該当する児童が多く、不適応低群では『あてはまらない』に該当する児童が多かった。これらの結果から、学校生活における不適応の原因として、①友人関係でのつまずきと、②学習でのつまずきの2点が考えられる。

表5-1から表5-5はストレス高群において不適応行動を示した児童の人数をまとめたものである。平均値±標準偏差を基準として児童を分類した時、ストレス低群(11.10-3.43)に該当する児童はいなかった。そこで、ストレス高群に該当する児童(6名)について不適応行動の表出頻度をまとめた。「大人に叱られる」「友達とのあそびに参加できない」「苦手な科目がある」「忘れ物をよくする」の4項目において、『あてはまる』に該当する児童が多かった。この結果か

ら、不適応行動の表出とストレスには関連があり、不適応行動を示す児童は学校生活に対して強いストレスを感じている可能性があるといえる。

表6はストレス高群に該当する児童が表出したストレス反応をまとめたものである。「疲れやすい」「イライラしている」の2項目で『あてはまる』に該当する児童が多かった。この結果から、児童が強いストレスを感じている兆候として「疲れやすい」という体調の変化と、「イライラしている様子」という感情面での変化があると考えられる。

以上に示した結果から、本調査で対象となった児童の全体的な傾向は、やや不適応の徴候がみられるが、学校生活に対する強いストレスは感じていないと考えられる。不適応のリスクが高い児童には友人とのけんかをしやすいことや、友人とのあそびに加われないといった人間関係でのつまずきを示す兆候と、明確な苦手科目があるという学習面でのつまずきを示す兆候がみられると考えられる。また、一部の児童が強いストレス反応を示しており、そのような児童には疲れやすく、イライラしているという変化がみられるといえる。さらに、強いストレス反応を示した児童は不適応行動も表出しており、不適応行動とストレスには関連があると考えられる。

表6 ストレス高群におけるストレス反応の内訳

	頭痛がする	体がだるい	疲れやすい	気持ちが沈んでいる	心配事がありそう	イライラしている	やる気がでない	学校へ行きたくない
あてはまらない	3	2	5	1	2	4	2	1
あてはまる	3	4	1	5	4	2	4	5
合計	6	6	6	6	6	6	6	6

(3) 保護者からみた児童の様子②：自由記述から

本調査で使用した質問票では、「お子さんの様子で気がついたことがあればお書きください」と「入学前と比べてお子さんが変化した点はありますか」の2つの質問に対して自由記述を求めた。自由記述は回答を強制するものではなかったため、すべての保護者が回答したわけではない。

保護者から得られた自由記述から小学1年生児童の変化について以下の2点が考えられる。第一は、生活スタイルの変化（例えば、お昼寝がない等）によって体力面での負担を感じている点である。「疲れやすくなった」や「朝、起きられない」という回答からもこの傾向がうかがえる。第二は、子どもの主体性や積極性に成長が認められた点である。「性別や学年に関わらずいろいろなお友達と遊べるようになった」という回答があり、特に、友人関係に対する積極性が向上したことがうかがえる。また、言葉遣いの変化（「言葉遣いが乱暴になった」）など、入学後は友人の影響力が強くなっていることがうかがえる。

次年度への課題

本調査の結果から、小学1年生児童の中に不適応のリスクを抱えた者がいること、不適応行動の背景に学校生活に対するストレスがあることが示された。小学1年生児童の不適

表5-5 ストレス高群における「忘れ物をよくする」の表出頻度 (人)

忘れ物をよくする			
	あてはまらない	あてはまる	合計
ストレス高群	2	4	6
	33.3%	66.7%	100.0%

(注) ストレス高群に該当するのはストレス反応得点が14.53点(11.1+3.43)以上の児童(6名)であった。

応行動に関する先行研究では、児童が就学前に経験してきた集団生活の様式（幼稚園や保育園での生活）と就学後の集団生活の様式が大きく異なることが児童の適応を困難にしていると示唆されている（小林 2003；盛・尾崎 2008；遠野・小林 1999a、他）。本調査では、対象児童が就学前に経験した集団生活の様式（例えば、保育園と幼稚園のどちらに通っていたか、など）については保護者に確認しておらず、児童が感じているストレスが生活様式の違いに由来するものであるか否かは明確にされていない。したがって、次年度は就学前の子どもと就学後の児童（特に低学年）のストレスや行動等特徴を比較し、生活様式の変化とストレスおよび不適応行動の関連を明らかにしたい。また、本研究の結果を踏まえて、入学直後に不適応のリスクを抱える児童に対する支援の方法について検討したい。

（引用文献）

小林小夜子（2003）「就学前集団保育から小学校への移行における適応に関する発達心理学的研究——研究の視点と課題」『広島大学大学院教育学研究科紀要』、52、65-71頁。

盛真由美・尾崎康子（2008）「幼稚園から小学校への移行における適応過程に関する縦断的研究」『富山大学人間発達科学部紀要』、2、175-182頁。

遠野智子・小林小夜子（1999）「幼稚園から小学校への移行に関する発達心理学的研究（1）」『長崎大学教育学部紀要』、56、63-70頁。

（参考文献）

高辻千恵（2002）「幼児の園生活におけるレジリエンス——尺度の作成と対人葛藤場面への反応による妥当性の検討」『教育心理学研究』、50、427-435頁。

戸ヶ崎泰子・秋山香澄・嶋田洋徳・坂野雄二（1997）「小学校用学校不適応感尺度開発の試み」『ヒューマンサイエンスリサーチ』、6、207-220頁。

島田洋徳・戸ヶ崎泰子・坂野雄二（1994）「小学生用ストレス反応尺度の開発」『健康心理学研究』、7、46-58頁。